



## Patientinformation

# Inför kranskärls- eller klaffoperation

### Rörelse

För att kroppen ska återhämta sig på bästa sätt efter operationen är det viktigt att komma upp ur sängen så tidigt som möjligt. Gärna korta stunder men ofta. Redan dagen efter operationen kommer du få hjälp att komma upp en stund. Försök att andas med djupa andetag, röra på benen och stå samt gå efter ork.

### Andningsträning

Under operationen är du kopplad till en hjärt- och lungmaskin som ser till att du andas och att cirkulationen i kroppen fungerar. I samband med operationen faller lungorna ihop lite grann och slem och sekret fastnar då lätt. Fysioterapeuten på SU kommer att ge dig en andningsventil som du ska träna med den första tiden efter operationen. Ventilen gör att du får ta i lite på in- och utandning, vilket innebär att du andas med större volymer och får luften längre ner i din lungor.

Motståndsandningen påskyndar lungornas återhämtning och underlättar till att få upp eventuellt slem som samlats i luftrör och lungor. Det är vanligt att man känner sig rosslig en tid efter operationen. När du flyttas tillbaka till NÄL får du en ny något enklare ventil och den du haft lämnas därför kvar på SU.

### Läkning av bröstbenet

Under operationen öppnas bröstbenet för att komma åt ditt hjärta. Det tar 6-8 v för bröstbenet att läka och du ska därför inte belasta bröstkorg och armar under denna tid. Det kan vara bra att redan före operationen öva sig på att ta sig upp på sängkanten utan att belasta armarna. Detta görs lättast via sidliggande.

### Rörelseträning

Själva öppnandet av bröstbenet kan hos en del personer medföra stelhet och värk i bröstkorg, skuldror och axlar. Du kommer att få ett rörelseprogram med övningar som bidrar till ökad blodcirkulation i muskulaturen i området. Det medför också att du tar ut rörelser i alla leder, vilket är viktigt för att inte få problem senare. Gör ditt program flera gånger dagligen. En fysioterapeut kommer att hjälpa dig om du tycker det är svårt.

### Inför hemgång

Efter några dagar i Göteborg kommer du tillbaka till NÄL. Vi stämmer då av att du kan vara uppe och röra dig samt att andningsträning och rörelseprogram fungerar som det ska. Om behov finns kommer du även att få träna på att gå i trappa före hemgång. Du kommer att få information om fysisk aktivitet och träning den första tiden efter operationen. På längre sikt är förhoppningen att du ska kunna leva ett fysiskt aktivt liv och få så god kondition som möjligt.